

# Emotion, Stress und Resilienz - In Chancen denken Belastbarkeit und Flexibilität - Experte für emotionale Intelligenz - Modul 2 - Vollzeit



Kurs-Nr. KATCEEI2

## Beschreibung

Erfahren Sie, wie Emotionen sinnstiftend und zielführend genutzt werden. Trainieren Sie mit uns Ihre emotionale Intelligenz und Empathie; d.h. die Wahrnehmung und die Nutzung von Emotionen, das Verstehen und Beeinflussen von Emotionen. Ebenso erfahren Sie, wie Sie einschätzen können wie sich andere Menschen fühlen und wie man mit emotionalen Situationen umgehen kann. So gelingt es Ihnen, mit Ihren Emotionen besser umzugehen, diese besser zu steuern und Ihr volles Potenzial zu nutzen. Denn emotionale Intelligenz ist DIE Kompetenz des 21. Jahrhunderts und Emotionen begegnen uns im Alltag, Sie können uns motivieren, fördern, aber auch überfordern oder gar lähmen. Zielführendes Arbeiten ist dann nur schwer möglich, ebenso wie wertschätzende und konstruktive Gespräche.

## Zielgruppe

Fach- und Führungskräfte und persönlich Interessierte

## Inhalt

- Das eigene Verhalten bei starken Emotionen erkennen und steuern
- Problematische Muster in hilfreiche wandeln
- Umgang mit konfliktären oder belastenden Situationen
- Emotionen und Gefühle der Mitmenschen zuverlässig wahrnehmen

## Abschluss

- IHK-Bescheinigung

## Hinweis

Bei Besuch der folgenden Seminare kann durch Teilnahme an der Abschlussprüfung ein IHK-Zertifikat „Experte für soziale Intelligenz“ erworben werden:

1. Eigene Emotionen
2. Emotionale Widerstandsfähigkeit
3. Emotion und Wirkung – durch eigenes Denken und Handel gewünschte Resonanzen im außen erzielen

### Sie haben noch Fragen?

In unseren FAQs finden Sie Antworten auf Ihre Fragen zu uns, unseren Lehrgängen, den Teilnahme-, Stornierungs- und Prüfungsbedingungen und mehr.

## Veranstaltung online ansehen



[https://www.ihkademie-sbh.de/weiterbildung/details/emotion-stress-und-resilienz-in-chancen-denken-belastbarkeit-und-flexibilitaet-experte-fuer-emotionale-intelligenz-modul-2-vollzeit\\_116763](https://www.ihkademie-sbh.de/weiterbildung/details/emotion-stress-und-resilienz-in-chancen-denken-belastbarkeit-und-flexibilitaet-experte-fuer-emotionale-intelligenz-modul-2-vollzeit_116763)

## Standort und Termin



**Termin auf Anfrage**  
Villingen-Schwenningen  
Vollzeit

## Ansprechpartner



**Aileen Höfner / Akademie**

☎ 07721 922 311

✉ [hoefner@vs.ihk.de](mailto:hoefner@vs.ihk.de)

## Veranstaltungsort

**IHK Akademie**

Albert-Schweitzer-Str. 7  
78052 Villingen-Schwenningen

## Dozenten

- Claudia Serr

## Das könnte Sie interessieren

- Experte für emotionale Intelligenz – Empathisch und wirksam handeln - Vollzeit
- Empathie im Umgang mit anderen – empathische Gesprächsführung - Experte für emotionale Intelligenz - Modul 3 - Vollzeit

